

### 3. Raport okresowy Gmina Kołobrzeg

**Program:** Program Współpracy Interreg V A  
Meklemburgia-Pomorze Przednie / Brandenburgia / Polska

**Tytuł projektu:** Zdrowe dzieci w zdrowych gminach (ZDZG)

**Numer projektu:** INT52

**Czas trwania projektu:** 01.09.2017 – 30.09.2021

**Cel główny:** Wdrożenie transgranicznego programu edukacyjnego, który wspomaga zdrowy styl życia u dzieci

**Cele szczegółowe:** Opracowanie wspólnych programów edukacyjnych w celu implementacji zdrowego stylu życia w środowisku szkoły podstawowej:  
Zbadanie stanu faktycznego na wiosnę 2021 r. (przekrój poprzeczny)  
Ocena zmian po roku przerwy w realizacji projektu z powodu pandemii wirusa Covid-19 (przekrój podłużny)

**Okres sprawozdawczy:** 01.01.2021 – 30.09.2021

**Wydawca:** Europejska Akademia Sportu Landu Brandenburgia (ESAB)

**Autorzy:** Jonathan Kuban, Prof. Dr. Silke Becker, Anne Zimmer, Lena Henning, Dr. Dennis Dreiskämper

*Projekt ZDZG jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Współpracy INTERREG VA Meklemburgia-Pomorze Przednie/ Brandenburgia/ Polska.*

# Spis treści

<b>1. Wprowadzenie</b>	<b>1</b>
<b>2. Opis próby badawczej</b>	<b>2</b>
2.1. Przekrój poprzeczny	2
2.2. Przekrój podłużny	3
<b>3. Prezentacja wyników testów</b>	<b>4</b>
3.1. Skład ciała	4
3.1.1. Analiza przekroju poprzecznego	4
3.1.2. Analiza przekroju podłużnego	6
3.1.3. Analiza przekroju podłużnego – Porównanie płci	7
3.2. Sprawność motoryczna	8
3.2.1. Analiza przekroju poprzecznego	9
3.2.2. Analiza przekroju podłużnego	12
3.2.3. Analiza przekroju podłużnego – Porównanie płci	16
3.3. Obszar wymagający wsparcia	20

## 1. Wprowadzenie

W nawiązaniu do „Raportu końcowego populacji generalnej” poniżej przedstawiono wyniki dla Gminy Kołobrzeg za rok 2021. W bieżącym raporcie populacji generalnej przedstawiono projekt badawczy (rozdział 2), a także postępy w projekcie w roku 2021 (rozdział 3). Wszystkie aktywności również w Gminie Kołobrzeg przebiegały zgodnie z planem. W „1. raporcie okresowym Gminy Kołobrzeg” szczegółowo przedstawiono wszystkie szkoły podstawowe w Gminie Kołobrzeg biorące udział w projekcie „Zdrowe dzieci w zdrowych gminach”. Wszystkie wymienione szkoły podstawowe w dalszym ciągu uczestniczą w projekcie zgodnie z przyjętym podziałem. Polscy uczniowie w roku szkolnym 2021 uczęszczali do czwartej klasy.

3. Raport okresowy rozpoczyna się opisem próby badawczej w rozdziale 2. Zaprezentowano populację generalną uczestników czwartego badania t4 w przekroju poprzecznym (rozdział 2.1). Przedstawiono też liczbę uczestników, którzy brali udział w projekcie przez cały rok szkolny 2021 (przekrój podłużny, rozdział 2.2). Wyniki są zawsze porównywane w podziale na płeć. W rozdziale 3 zostały opisane wyniki czwartego badania sprawności motorycznej t4, które odbyło się wiosną 2021. Rozdział 3.1 został poświęcony zmianom w składzie ciała. Rozwój w zakresie poszczególnych części testu mierzących sprawność motoryczną został omówiony w rozdziale 3.2. W rozdziale 3.3 jako podsumowanie opisano tendencje rozwojowe w zakresie obszaru wymagającego wsparcia. W analizach zawsze porównuje się wyniki dziewcząt i chłopców. Wyniki każdej gminy prezentowane są w taki sam sposób jak w „Raporcie końcowym populacji generalnej”. Ułatwia to interpretację ilustracji, dodatkowo gminy w łatwy sposób mogą porównać ze sobą własne wyniki. Porównując wyniki uczestników tej gminy i wyniki całej populacji należy zawsze brać pod uwagę fakt, że uczestnicy tej gminy zostali uwzględnieni w wynikach całej populacji.

## 2. Opis próby badawczej

W poniższej prezentacji wyników następuje rozróżnienie na wyniki w przekroju poprzecznym – w którym uwzględnieni są tylko uczestnicy czwartej edycji testów (t4) – i wyniki w przekroju podłużnym, które pokazują rozwój uczestników biorących udział zarówno w trzeciej jak i w czwartej edycji testów (t3 i t4). W Gminie Kołobrzeg aktywny udział w aktywnościach ruchowych i zajęciach z odżywiania wzięli uczniowie klas czwartych z dwóch szkół podstawowych (łącznie 3 klasy).

2

### 2.1 Przekrój poprzeczny

W czwartej edycji testów (t4) w Gminie Kołobrzeg udział wzięło łącznie 32 uczniów (patrz Tabela 01). Tym samym Gmina Kołobrzeg jest gminą z najmniejszą liczbą uczestników w projekcie. Ta liczba stanowi 5,91% całkowitej badanej populacji uczestników czwartej edycji testów (541 uczniów). Odsetek uczestników płci męskiej (56,25%) przeważa nad odsetkiem uczestników płci żeńskiej (43,75%) (patrz Tabela 02).

**Tabela 01**

*Statystyki opisowe przedstawiające wyniki próby t4*

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Wiek (lata)	32	10.83	0.34
Wzrost (cm)	32	150.53	5.91
Waga (kg)	32	42.90	8.59
BMI	32	18.84	3.11

**Tabela 02**

*Statystyki opisowe przedstawiające wyniki próby t4 (z podziałem na płeć)*

	Chłopcy			Dziewczynki		
	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Wiek (lata)	18	10.87	0.31	14	10.78	0.38
Wzrost (cm)	18	150.11	5.61	14	151.07	6.45
Waga (kg)	18	42.70	8.30	14	43.16	9.26
BMI	18	18.88	3.09	14	18.80	3.24

## 2.2. Przekrój podłużny

W obu badaniach (t3 i t4) łącznie wzięło udział 31 z 32 uczniów i to oni mogą zostać uwzględnieni w analizie przekroju podłużnego. 45,16% uczestników jest płci męskiej a 54,84% płci żeńskiej.

## 3. Prezentacja wyników testów

### 3.1 Skład ciała

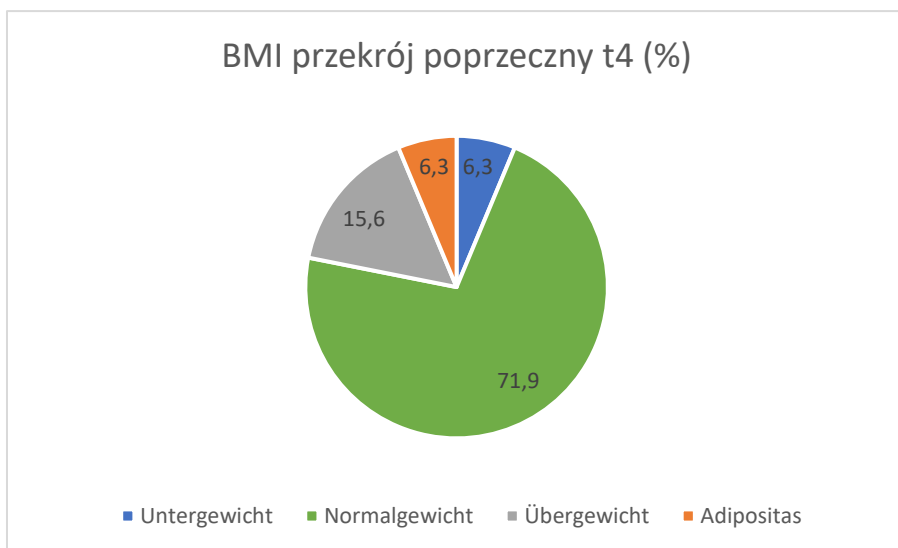
W każdej edycji testów mierzono wysokość i wagę uczniów. Te dane były podstawą do obliczenia wskaźnika masy ciała (BMI). Na podstawie daty urodzenia ustalano dokładny wiek dzieci, tak aby móc przyporządkować wyniki testów odpowiednio, według płci i wieku, do międzynarodowych wartości referencyjnych. Bazując na tych wartościach referencyjnych

uczniowie zostali sklasyfikowani w 4 grupach, zgodnie z ich wskaźnikiem BMI: otyłość, nadwaga, waga prawidłowa i niedowaga.

### 3.1.1 Analiza przekrojowa

Wyniki przekroju poprzecznego uczestników z Gminy Kołobrzeg pokazały w trzecim badaniu, że odsetek uczniów z niedowagą w grupie objętej interwencjami ze wskazaniem 6,3% (patrz Rys. 1) jest nieco niższy niż analogiczny odsetek polskiej próby generalnej tej grupy ze wskazaniem 7,8%. Odsetek uczniów z wagą prawidłową to 71,9% i jest dużo powyżej średniej polskiej próby badawczej (60%). Uwagę zwraca wysoki odsetek dzieci z nadwagą i otyłych. Te dzieci wymagają wsparcia w zakresie redukcji wagi. W Gminie Kołobrzeg 21,9% dzieci to dzieci z nadwagą lub otyłe. W porównaniu z polską populacją generalną (odsetek dzieci wymagających wsparcia 32,2%) w Gminie Kołobrzeg problemem tym dotkniętych jest mniej uczniów. Na Rysunku 02 obie grupy są dodatkowo podzielone ze względu na płeć. Łącznie w t4 21,4% dziewczynek i 22,3% chłopców wymagali wsparcia w zakresie redukcji wagi. W porównaniu z polską generalną liczbą uczestników (obszar wymagający wsparcia: ♀ 31,5 % / ♂ 32,8 %) zapotrzebowanie na wsparcie w Gminie Kołobrzeg było mniejsze dla obu płci niż w populacji ogółem.

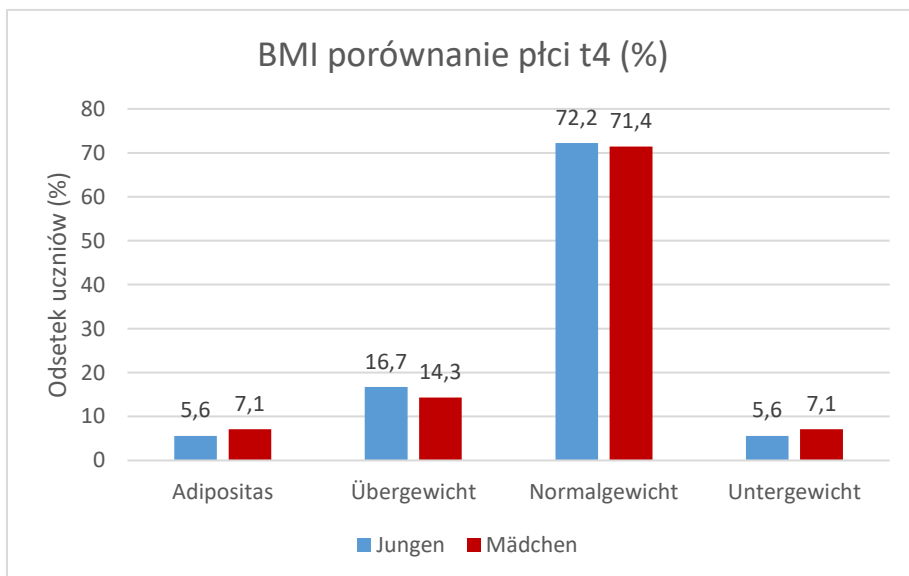
## Rysunek 1



5

Legenda Rys. 01, od lewej: niedowaga, waga prawidłowa, nadwaga, otyłość

## Rysunek 02



Legenda Rys. 02, od lewej: otyłość, nadwaga, waga prawidłowa, niedowaga

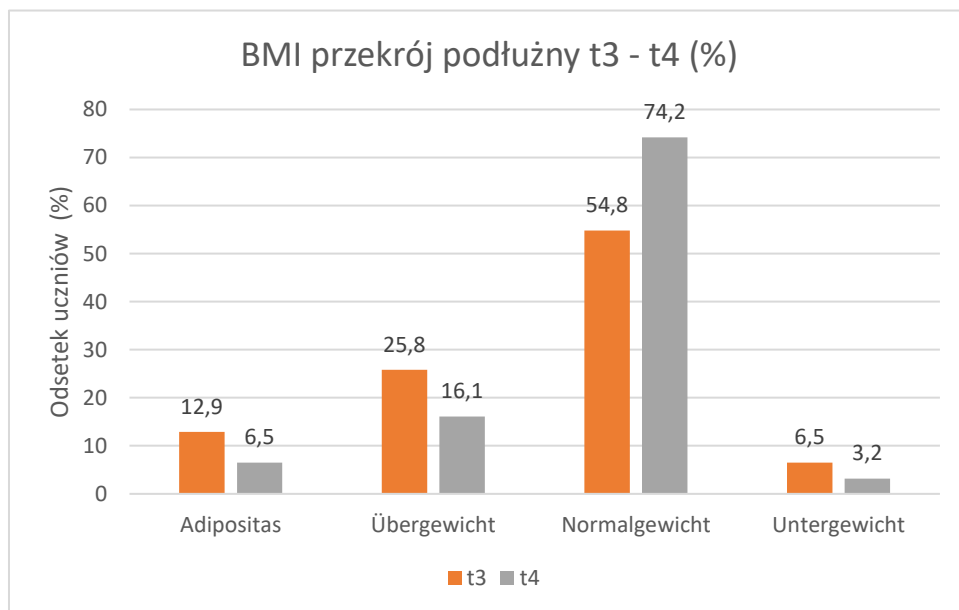
niebieski: chłopcy, czerwony: dziewczynki

### 3.1.2 Analiza przekroju podłużnego

Poniżej przedstawiono wyniki wyłącznie tych uczniów, którzy wzięli udział zarówno w drugiej jak i trzeciej edycji testów. Rysunek 03 ukazuje procentowy podział wszystkich uczniów Gminy Kołobrzeg na cztery grupy wagowe w trzecim (t3) i czwartym (t4) badaniu. Wyniki w Gminie Kołobrzeg nie pokrywają się z wynikami dla ogółu ludności Polski. Zaobserwowano pozytywny rozwój dzieci w Gminie Kołobrzeg. W ogólnej populacji nastąpił wzrost liczby dzieci z otyłością o 2,9%, natomiast w Gminie Kołobrzeg odsetek tych dzieci spadł o 6,4%. W Gminie Kołobrzeg odsetek dzieci z nadwagą również spadł o 9,7%. Odsetek dzieci o prawidłowej wadze w Gminie Kołobrzeg wzrósł o 19,4% między t3 a t4. W całej polskiej populacji wzrost ten wyniósł jednak tylko 3,3%. Odsetek dzieci z niedowagą w Gminie Kołobrzeg spadł do 3,2%, a zatem jest niższy niż 7,8% w całej polskiej populacji.

6

**Rysunek 03**



Legenda Rys. 03, od lewej: otyłość, nadwaga, waga prawidłowa, niedowaga



Tabela 03 ukazuje zmiany w zakresie BMI. Celem jest pokazanie, jak zmieniły się proporcje pomiędzy grupami między t3 i t4.

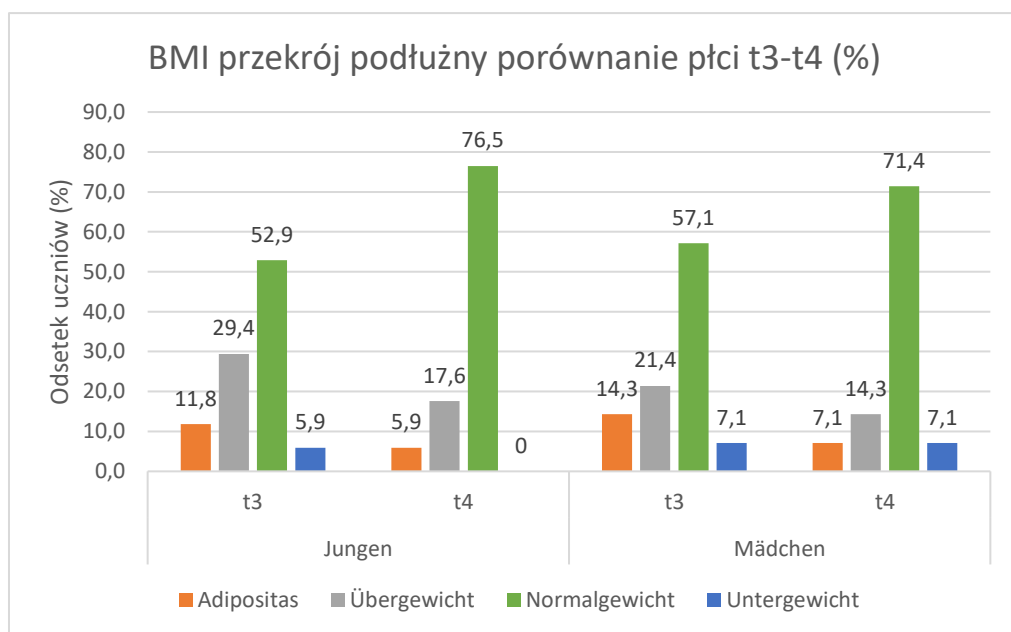
**Tabela 03**

	Otyłość t4	Nadwaga t4	Waga prawidłowa t4	Niedowaga t4	Ogółem t3
Otyłość t3	2	1	1	0	4
Nadwaga t3	0	3	5	0	8
Waga prawidłowa t3	0	1	6	0	17
Niedowaga t3	0	0	1	1	2
Ogółem t4	2	5	23	1	31

### 3.1.3 Analiza przekroju podłużnego – porównanie płci

W porównaniu płci (patrz Rys. 04) w Gminie Kołobrzeg odnotowano, że w czasie obu badań nadwagą i otyłością dotkniętych było dziewcząt. Chłopcy w t3 rzadziej wykazywali wagę prawidłową niż dziewczynki (♀ 57,1% / ♂ 52,9%). W t4 rozkład jest odwrócony (♀ 71,4% / ♂ 76,5%). Jednocześnie w czwartym badaniu zmniejszył się odsetek dzieci z nadwagą i otyłością wśród chłopców i dziewcząt. Jeśli przyjrzymy się odsetkowi uczniów potrzebujących wsparcia (nadwaga i otyłość), to okaże się, że 21,4% dziewcząt miało zbyt wysoki wskaźnik BMI w czwartej części badania, a 23,5% chłopców potrzebowało wsparcia w redukcji wagi w t4.

Rysunek 04



Legenda Rys. 04, od lewej: wyniki chłopców, wyniki dziewcząt

otyłość, nadwaga, waga prawidłowa, niedowaga

### 3.2. Sprawność motoryczna

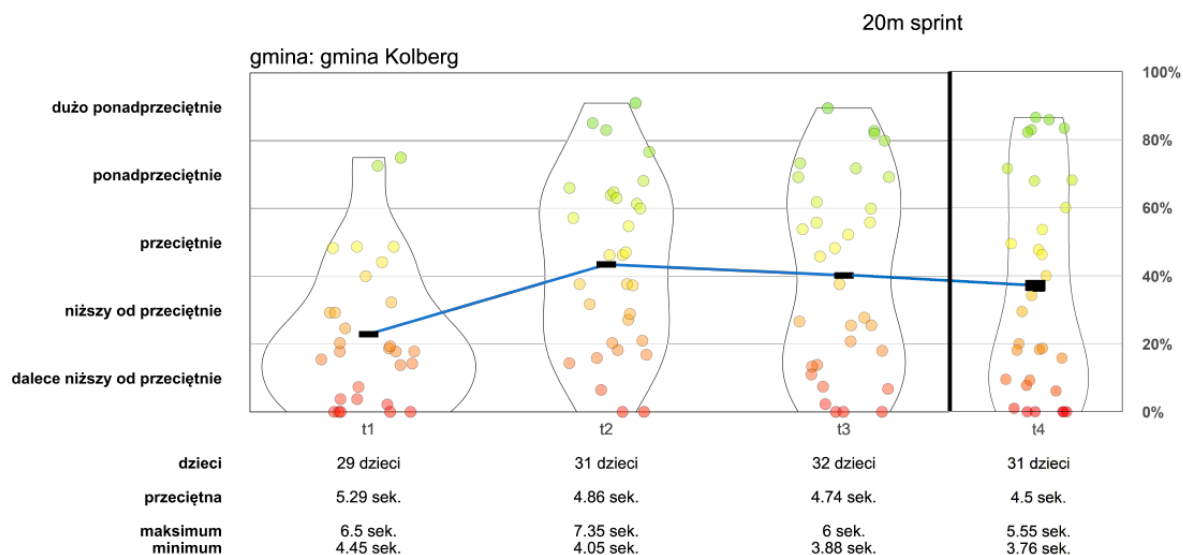
Sprawność motoryczna, zgodnie z opisem w raporcie populacji generalnej, analizowana jest oddzielnie dla każdej części testu. Ocena i interpretacja wyników testu zawsze opiera się na podziale na kwintyle (5 poziomów od „wysoko powyżej przeciętnej” do „dużo poniżej przeciętnej”). Interpretacja wyników opierała się na grupach odpowiednio w odniesieniu do wieku i płci. W ten sposób w każdym punkcie badania (w każdym roku szkolnym) uwzględnia się wartości norm typowych dla wieku i płci. Gdyby wyniki dla t3 i t4 miały być analizowane wyłącznie na podstawie wartości wyjściowych, wymagania, które rosną wraz z wiekiem, byłyby pomijane. Podobnie, ze względu na biologicznie uwarunkowany niższy wzrost mięśni w trakcie rozwoju fizycznego dziewczęta przypuszczalnie osiągałyby gorsze wyniki w

elementach zdolności siłowej niż chłopcy w tym samym wieku. Wyrażna potrzeba wsparcia istnieje w dwóch dolnych kwintylach, w poziomie jeden i dwa („dużo poniżej przeciętnej“ i „poniżej przeciętnej“). Poniżej porównano najpierw analizy przekrojowe uczestników z Gminy Kołobrzeg dla każdej pozycji testowej (roz. 3.2.1). Następnie prezentowane są wyniki podłużne w porównaniu grup (roz. 3.2.2) i płci (roz. 3.2.3), z podziałem na pięć części testu.

### 3.2.1 Analizy przekroju poprzecznego

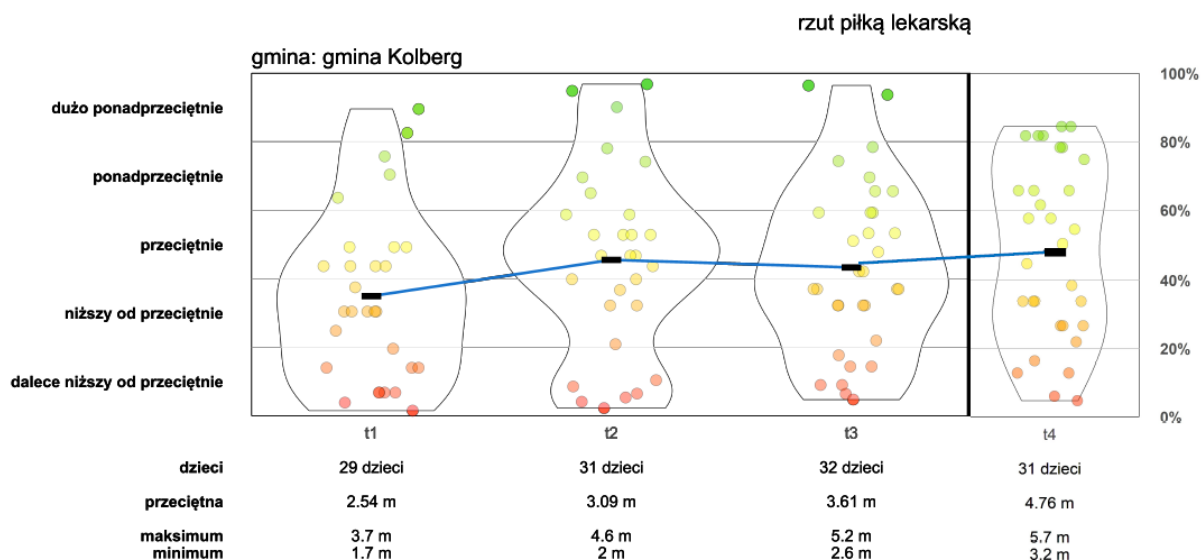
Poniżej przedstawiono wyniki przekroju poprzecznego w Gminie Kołobrzeg we wszystkich czterech badaniach (t1 – t4). Wyniki przekroju poprzecznego w „sprintcie na 20 m“ wskazują na (patrz Rys. 05) poprawę między t1 i t2 z niewielkim spadkiem od t2 do t4.

Rysunek 05



W „rzucie piłką lekarską“ (patrz Rys. 06) nastąpił pozytywny rozwój wyników w trakcie badań przekrojowych, z krótką stagnacją między t2 a t3.

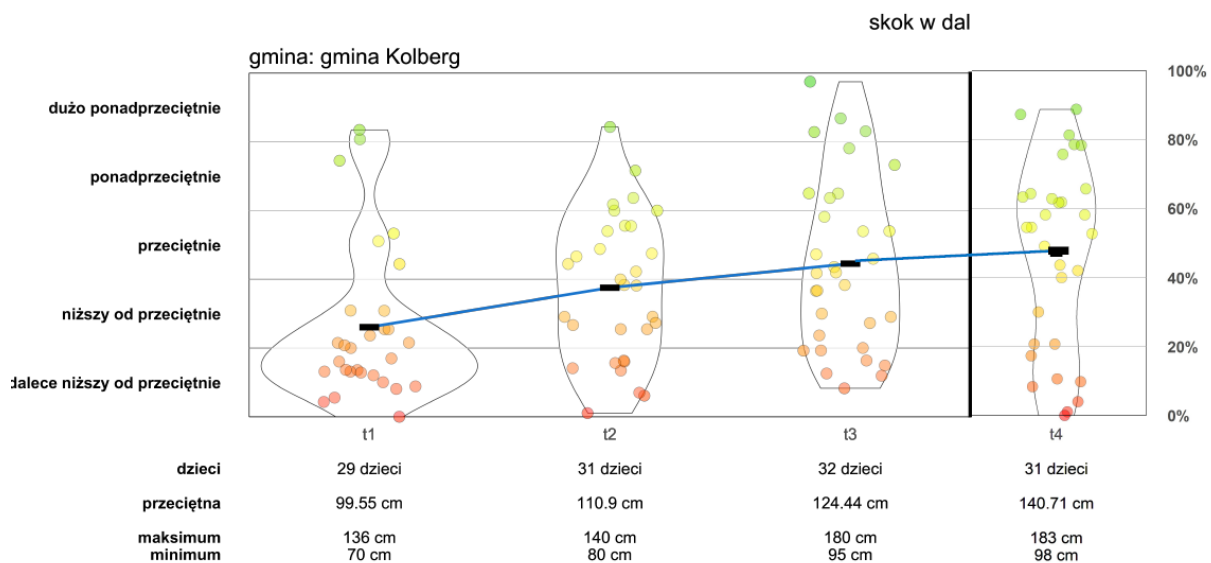
Rysunek 06



10

Podobny rozwój wydajności można zaobserwować w w części testu "skok w dal" (patrz Rys. 07). W tym teście następuje konsekwentnie pozytywny rozwój wyników od pierwszego do czwartego etapu testów. Wyniki pokazują również, że nie mamy do czynienia ze wzrostem wartości średniej z powodu bardzo dobrych wyników pojedynczych dzieci, ale z ciągłym doskonaleniem wszystkich dzieci objętych badaniem.

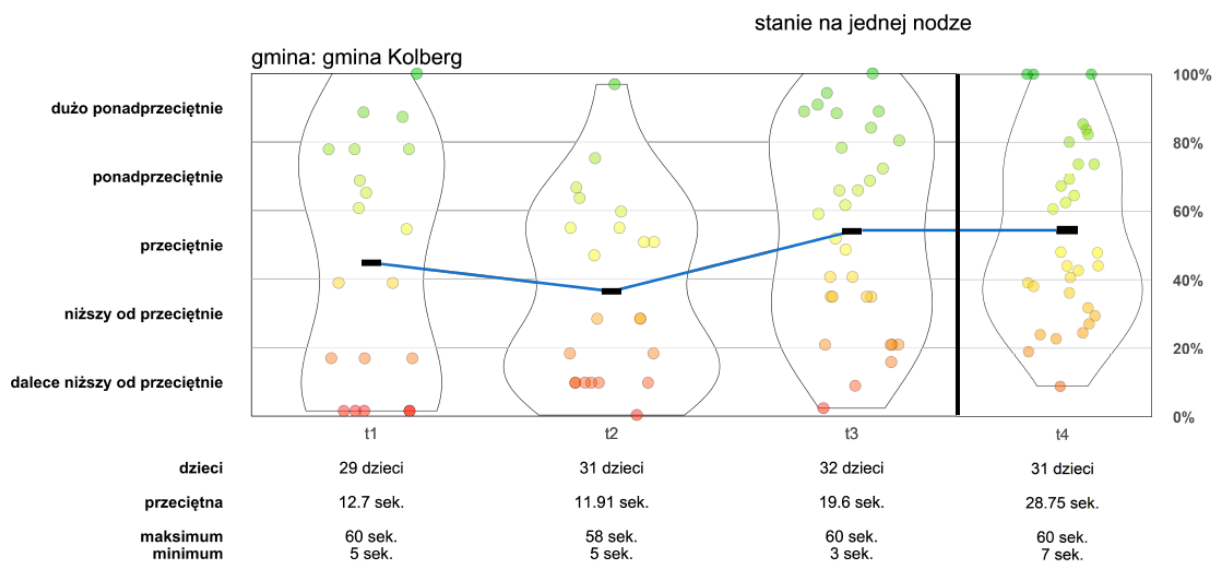
**Rysunek 07**



11

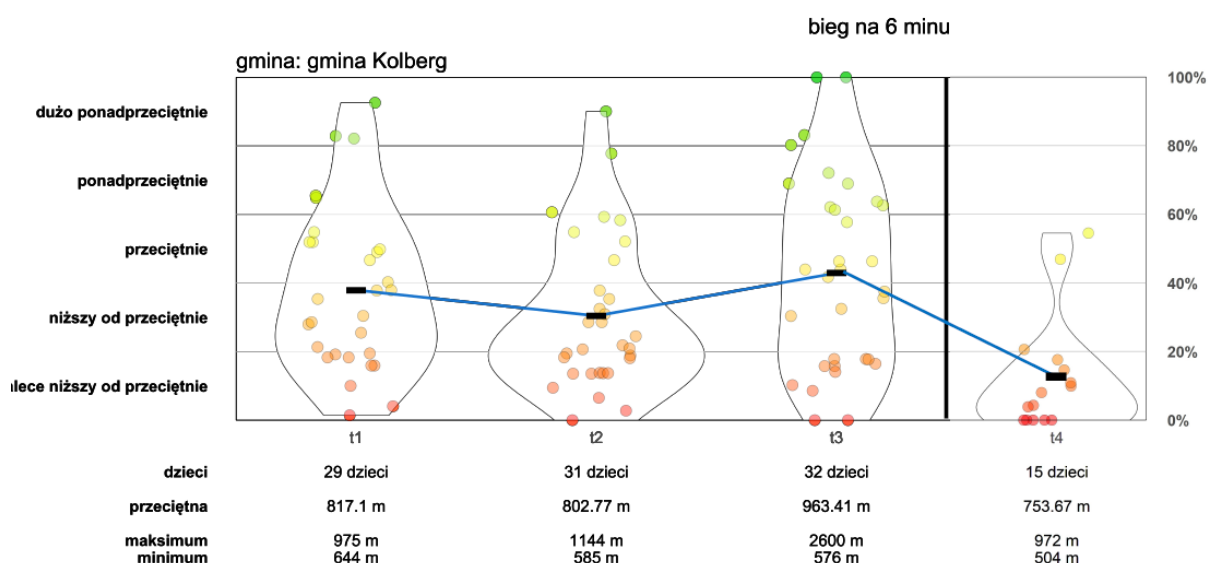
Wyniki przekroju poprzecznego w części „stanie na jednej nodze“ (patrz Rys. 08) wykazują początkowo spadek wydajności pomiędzy t1 i t2. W t3 ulega to zmianie, a w t4 następuje stagnacja poziomu.

**Rysunek 08**



Rozwój wyników w części „bieg na 6 minut“ (patrz Rys. 09) pokazuje gwałtowny spadek wyników w t4. Kształt „butelki“ wyników wskazuje, że mało które dziecko było w stanie osiągnąć nawet przeciętny wynik. Istotne jest, aby po zakończeniu projektu kłaść duży nacisk na wytrzymałość aerobową dzieci.

**Rysunek 09**

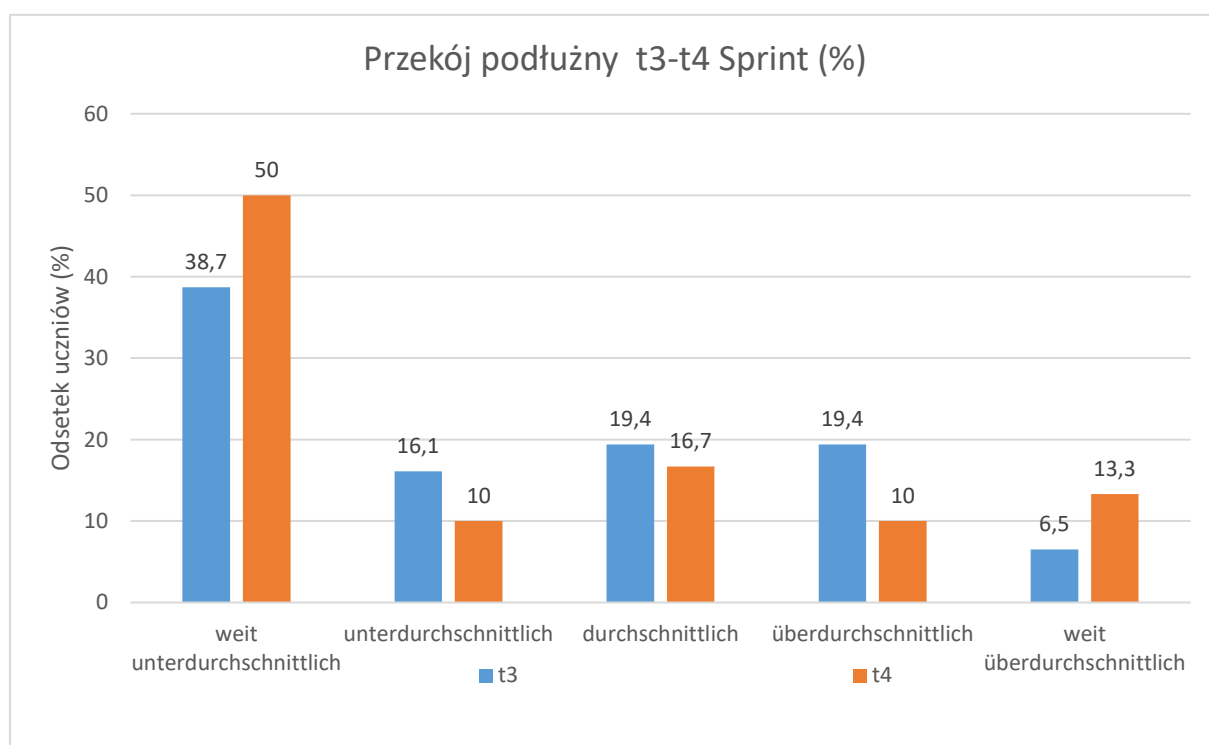


### 3.2.2 Analiza przekroju podłużnego

Poniżej przedstawiono wyniki przekroju podłużnego między trzecią (t3) a czwartą (t4) edycją testów. W analizie uwzględniono tylko uczniów, którzy wzięli udział w obu testach. Procentowy podział wyników wszystkich pięciu części testu odpowiada pięciu poziomom sprawności: „wysoko powyżej przeciętnej”, „powyżej przeciętnej“, „przeciętnej“, „poniżej przeciętnej“ i „dużo poniżej przeciętnej”. Podobnie jak w przypadku analizy przekrojowej, interpretacja wyników wykonana jest w odniesieniu do tych grup wiekowych i płciowych.

W części „sprint na 20 m” nastąpiło pogorszenie wyników między t3 a t4 (patrz Rys. 10). Odsetek uczniów na poziomie „dużo poniżej przeciętnej” wzrósł z 38,7% do 50%. Mimo, że wartość „poniżej przeciętnej” spadła to tylko o 6,1% - a więc ogólnie więcej uczniów potrzebuje wsparcia. Choć odsetek uczniów „dużo powyżej przeciętnej” wzrósł o 6,8%, to odsetek „powyżej przeciętnej” spadł o 9,4%. 60% uczniów potrzebujących wsparcia to odsetek alarmująco wysoki. Należy mieć to na uwadze przy wznowieniu nauczania.

**Rysunek 10**



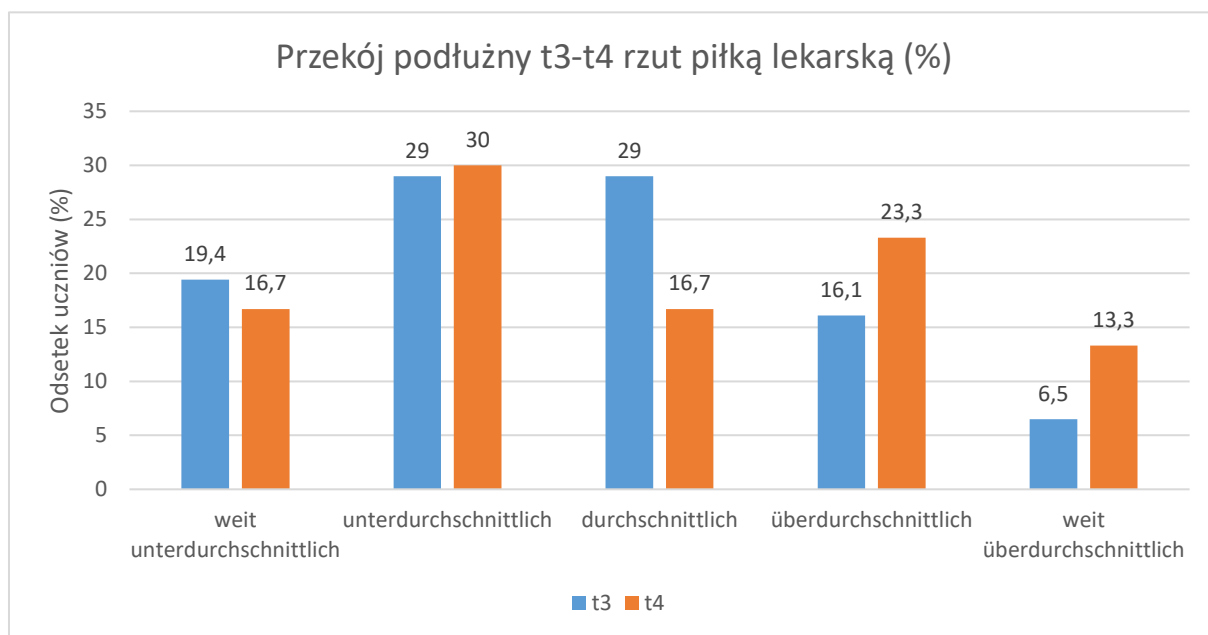
Legenda Rys. 10, od lewej: dużo poniżej przeciętnej, poniżej przeciętnej, przeciętna, powyżej przeciętnej, wysoko powyżej przeciętnej

W „rzucie piłką lekarską” badanie pokazuje inny obraz niż badanie „sprint na 20 m”. Odsetek uczniów na poziomie „dużo poniżej przeciętnej” nieznacznie spadł, a odsetek uczniów na



poziomie 2 nieznacznie wzrósł. Z drugiej strony odsetek uczniów na poziomach 4 i 5 znacznie wzrósł. To pozytywny rozwój.

**Rysunek 11**



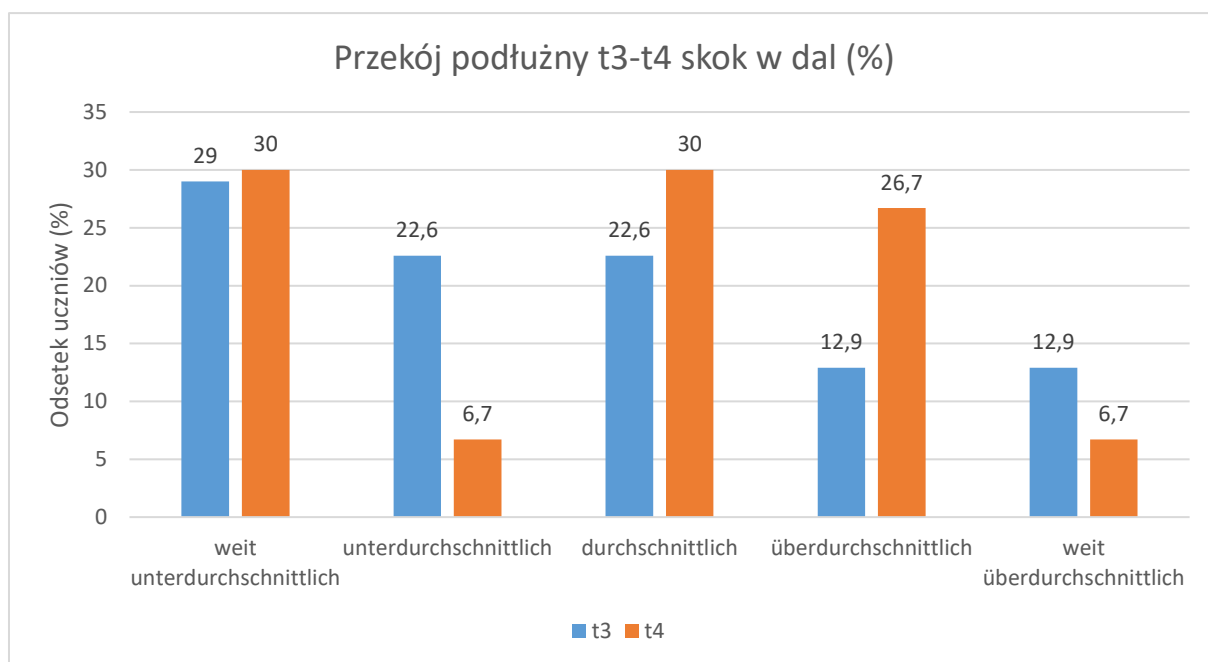
14

Legenda Rys. 11, od lewej: dużo poniżej przeciętnej, poniżej przeciętnej, przeciętna, powyżej przeciętnej, wysoko powyżej przeciętnej

W części „skok w dal“ (patrz Rys. 12) odnotowano duże deficyty w t3. 51,6% uczniów wykazała potrzebę wsparcia w tej części badania. W t4 nastąpiła poprawa w tym elemencie – tylko 36,7% uczniów wykazało potrzebę wsparcia. Na poziomie 4 i 5 w t4 jest również więcej uczniów. Zatem ta część testu również wykazuje pozytywny rozwój.



Rysunek 12

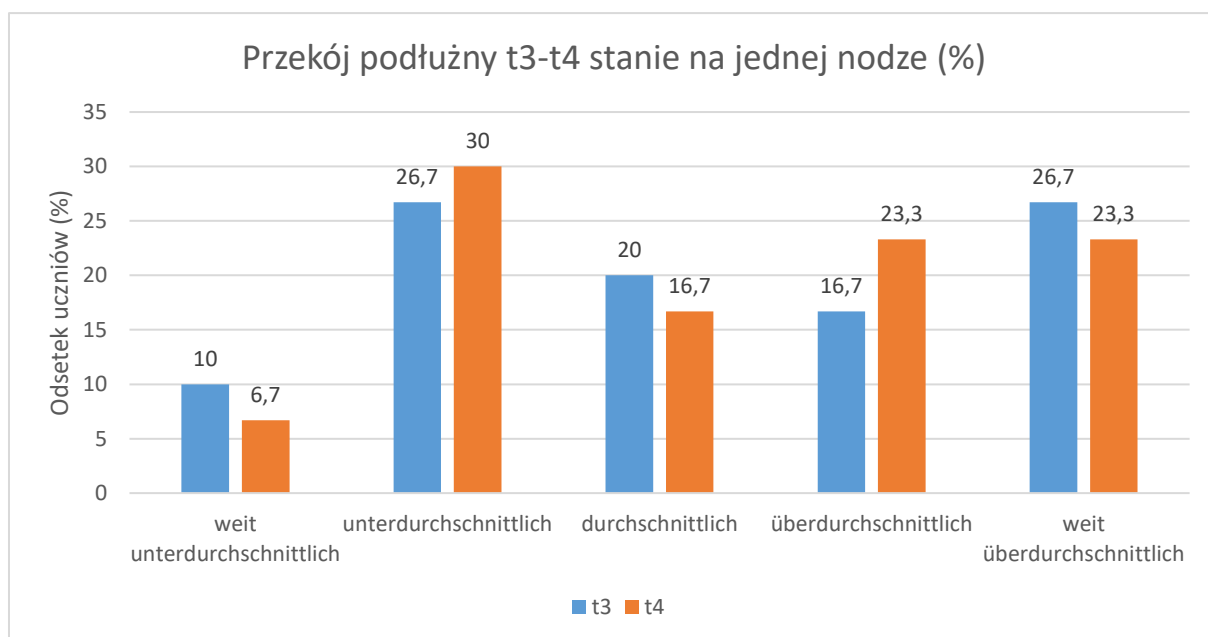


15

Legenda Rys. 12, od lewej: dużo poniżej przeciętnej, poniżej przeciętnej, przeciętna, powyżej przeciętnej, wysoko powyżej przeciętnej

Wyniki przekroju podłużnego w pozycji „stanie na jednej nodze“ (patrz Rys. 13) nie wykazuje większych zmian w proporcjach dzieci potrzebujących wsparcia w t4.

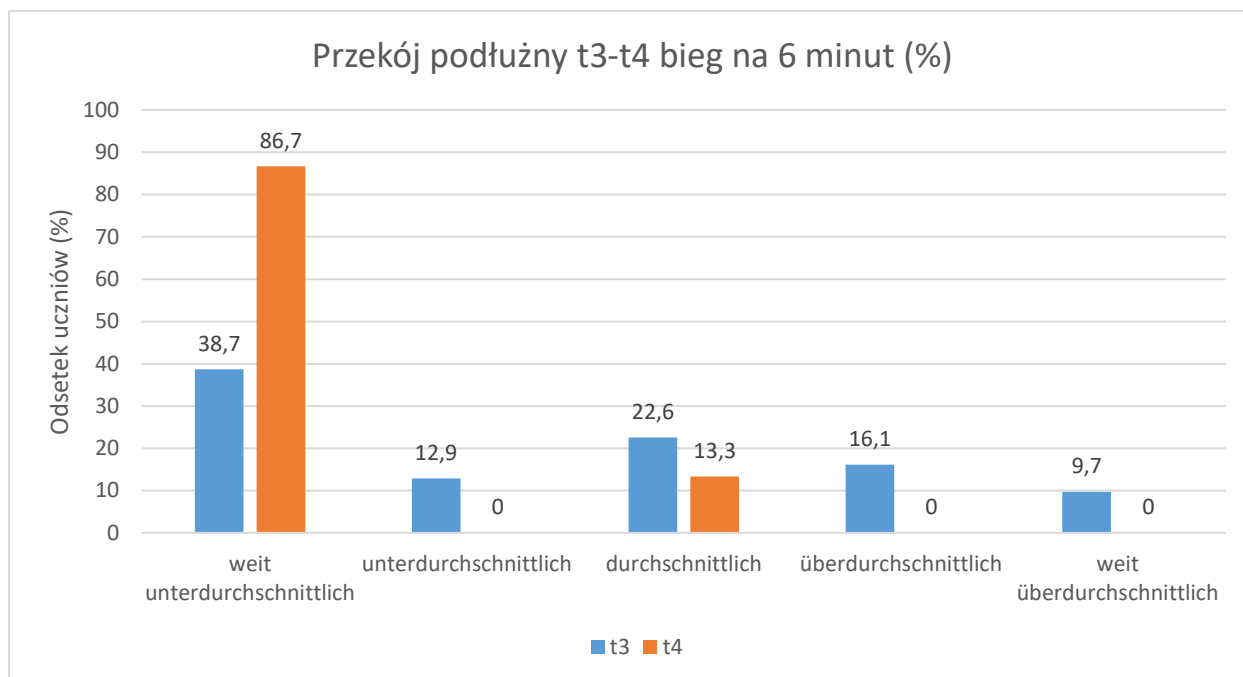
Rysunek 13



Legenda Rys. 13, od lewej: dużo poniżej przeciętnej, poniżej przeciętnej, przeciętna, powyżej przeciętnej, wysoko powyżej przeciętnej

Test „bieg na 6 minut“ wykazywał bardzo słabe wyniki od początku projektu z ponad połową uczniów w zakresie „poniżej przeciętnej“ i „dużo poniżej przeciętnej”. Wyniki te uległy nieznacznej pogorszeniu w t4 (patrz Rys.14). Ani jedno dziecko nie osiągnęło poziomu 4 lub 5. Ponadto 86,7% dzieci osiąga jedynie wynik „dużo poniżej przeciętnej”. Należy natychmiast zacząć temu przeciwdziałać. Wytrzymałość tlenowa dzieci musi być priorytetem wychowania fizycznego.

Rysunek 14



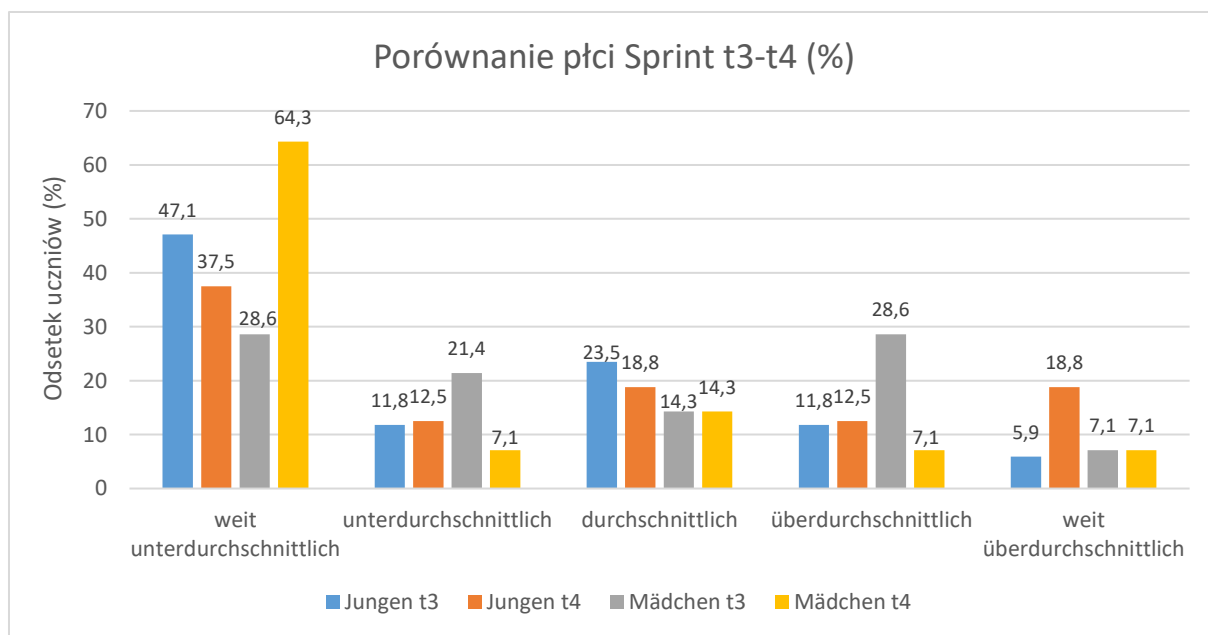
Legenda Rys. 14, od lewej: dużo poniżej przeciętnej, poniżej przeciętnej, przeciętna, powyżej przeciętnej, wysoko powyżej przeciętnej

### 3.2.3 Analiza przekroju podłużnego – porównanie płci

Poniżej przedstawiono także wyniki przekroju podłużnego w czasie od trzeciej (t3) do czwartej (t4) edycji testów. Ponownie uwzględniono jedynie wyniki uczniów, którzy wzięli udział w obu badaniach. Procentowy podział wyników wszystkich pięciu części testu odpowiada pięciu poziomom sprawności: „wysoko powyżej przeciętnej”, „powyżej przeciętnej“, „przeciętna“, „poniżej przeciętnej“ i „wysoko poniżej przeciętnej“. Zróżnicowanie ze względu na płeć (dziewczeta/chłopcy) jest tutaj najważniejszym punktem. Analiza wyników należy uwzględnić fakt, że poziom sprawności został obliczony zgodnie z grupami referencyjnymi właściwymi dla wieku i płci.

Rysunek 15 przedstawia zmiany w wynikach w sprincie na 20 metrów z podziałem na płeć dzieci. Podczas gdy liczba chłopców na poziomie 5 wzrasta, a liczba dzieci na poziomie 1 maleje, odsetek dziewcząt na poziomie 1 wzrasta ponad dwukrotnie.

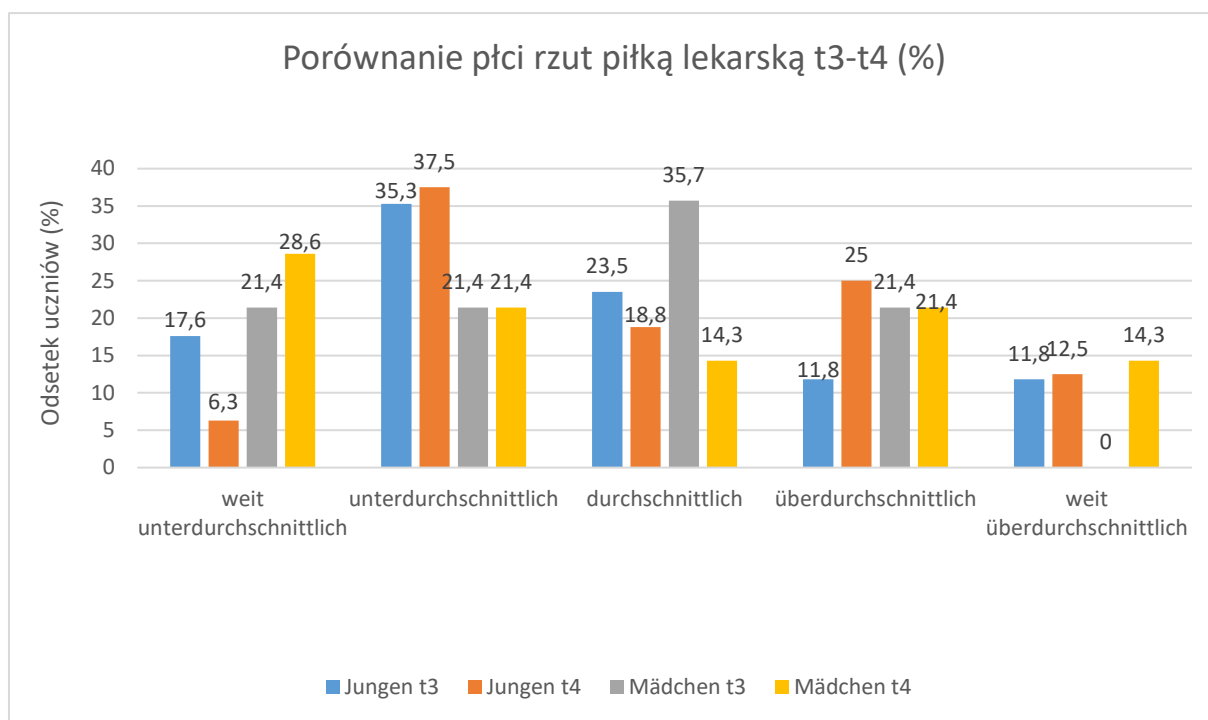
**Rysunek 15**



Legenda Rys. 15, od lewej: dużo poniżej przeciętnej, poniżej przeciętnej, przeciętna, powyżej przeciętnej, wysoko powyżej przeciętnej; kolory, od lewej: chłopcy t3, t4, dziewczęta t3, t4

W przypadku rzutu piłką lekarską wynik dla dziewcząt jest znacznie bardziej zadowalający: widać wyraźną poprawę między t3 a t4. Wśród chłopców odsetek dzieci na poziomie 1 znacząco spada, ale wzrasta na poziomie 2. Widoczna jest również poprawa na poziomie 4 i 5.

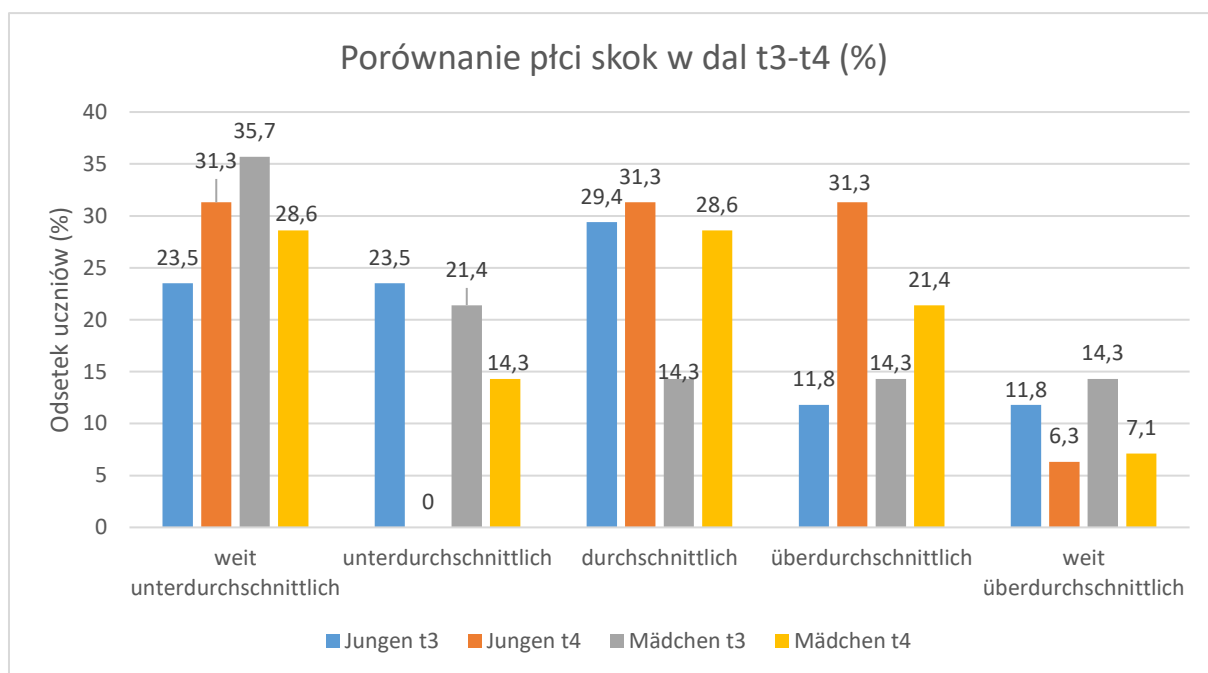
Rysunek 16



Legenda Rys. 16, od lewej: dużo poniżej przeciętnej, poniżej przeciętnej, przeciętna, powyżej przeciętnej, wysoko powyżej przeciętnej; kolory, od lewej: chłopcy t3, t4, dziewczęta t3, t4

W skoku w dal poziomy 1 i 2 wymagające wsparcia rozwijają się na lepsze u obu płci. Mimo, że odsetek chłopców z wynikiem na poziomie 1 wzrasta to na poziomie 2 spada z 23,5% do 0%. W przypadku dziewcząt wyniki maleją zarówno na poziomie 1, jak i 2. W przypadku obu płci obserwuje się wzrost poziomu 4 i spadek poziomu 5.

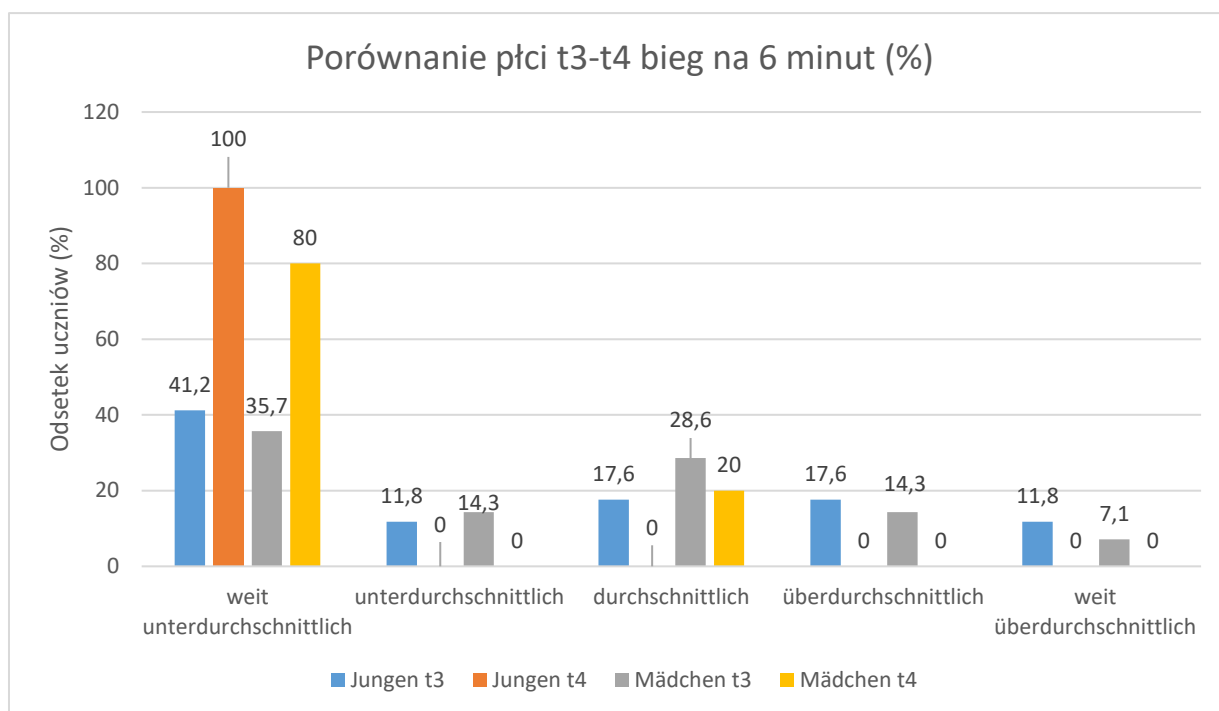
Rysunek 17



Legenda Rys. 17, od lewej: dużo poniżej przeciętnej, poniżej przeciętnej, przeciętna, powyżej przeciętnej, wysoko powyżej przeciętnej; kolory, od lewej: chłopcy t3, t4, dziewczęta t3, t4

Test bieg na 6 minut wykazuje niepokojące wyniki, zwłaszcza u chłopców (patrz Rys. 18). 100% chłopców uplasowało się w przedziale „wysoko poniżej przeciętnej“. W przypadku dziewcząt odsetek ten wynosi również aż 80%. Jak już napisano w ogólnym raporcie, kluczowe znaczenie ma tutaj koncentracja na wsparciu dzieci.

Rysunek 18



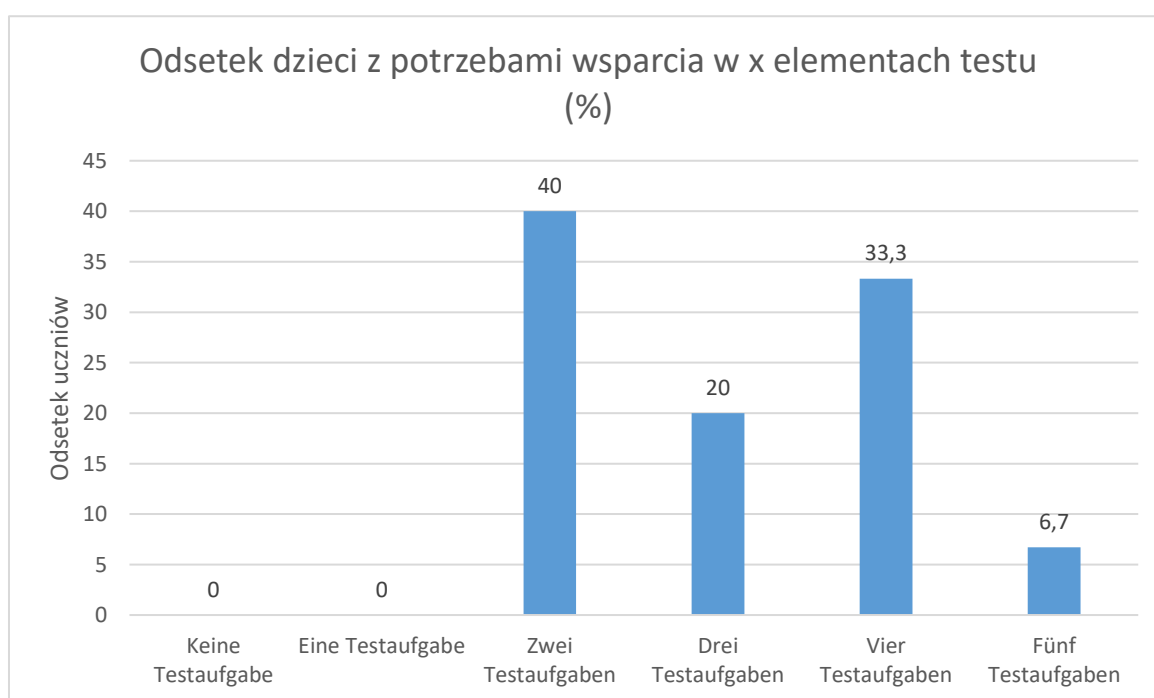
Legenda Rys. 18, od lewej: dużo poniżej przeciętnej, poniżej przeciętnej, przeciętna, powyżej przeciętnej, wysoko powyżej przeciętnej; kolory, od lewej: chłopcy t3, t4, dziewczęta t3, t4

### 3.3 Obszar wymagający wsparcia

Poniżej przedstawiono, jak kształtuje się obszar wymagający wsparcia w poszczególnych grupach. Uczeń wymaga wsparcia, jeżeli jego wyniki w danej części testu znajdują się w obszarze „poniżej przeciętnej“ (poziom 2) lub „dużo poniżej przeciętnej“ (poziom 1). Analizy wszystkich pięciu elementów testu pozwalają oszacować indywidualne zapotrzebowanie uczniów na wsparcie. Można w ten sposób zbadać, jaki procent uczniów nie potrzebuje wsparcia w żadnej części testu, a ilu uczniów wymaga wsparcia we wszystkich pięciu częściach (patrz Rys. 19).

W porównaniu do ogółu ludności Polski, wyniki w Gminie Kołobrzeg przedstawiają się niekorzystnie. W całej populacji nieco ponad połowa uczniów ma potrzeby wsparcia w zakresie co najmniej trzech elementów testu. W Gminie Kołobrzeg dotyczy to 60%. Ponadto w Gminie Kołobrzeg nie ma dziecka, które nie potrzebowałoby wsparcia w co najmniej dwóch częściach testu. Rysunek 20 przedstawia podział potrzeb w zakresie wsparcia według płci.

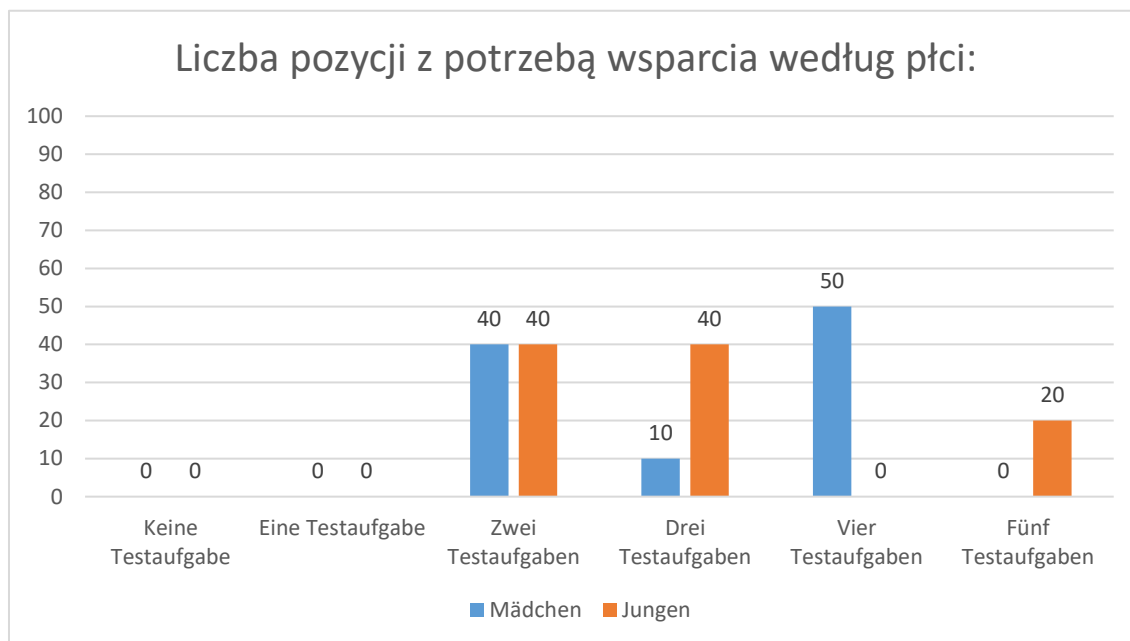
Rysunek 19



Legenda Rys. 19, od lewej: żaden element testu, jeden element testu, dwa elementy testu, trzy elementy testu, cztery elementy testu, pięć elementów testu



**Rysunek 20**



Legenda Rys. 20, od lewej: żaden element testu, jeden element testu, dwa elementy testu, trzy elementy testu, cztery elementy testu, pięć elementów testu; kolory: niebieski – dziewczęta, pomarańczowy - chłopcy